

**SALUTE.** Alla Gran Guardia si è parlato di corretta alimentazione nel mese dedicato alla prevenzione del tumore al seno

# Mangiare sano per vivere bene «Vigiliamo sull'obesità infantile»

Un bambino grasso è facile che continuerà ad esserlo anche da adulto  
 I ristoranti tipici hanno servito stuzzichini con diverse tonalità di rosa

**Chiara Bazzanella**

Messaggeri di salute in staffetta hanno riempito ieri la Gran Guardia per parlare di corretta alimentazione nel mese della prevenzione del tumore al seno. Appetitosi bocconcini dalle tonalità sfumate al rosa sono stati offerti dai ristoranti tipici di Verona, deliziando i palati con cibi sani e stagionali, tutti ingredienti messi a disposizione dalla Coldiretti per l'evento promosso dall'Ulss 9 Scaligera insieme all'amministrazione comunale. Acque Veronesi ha invece ricordato quanto sia importante nutrirsi pure di oro blu.

«La salute è un vaso che va riempito ogni giorno, e ogni momento è buono, fin dalla prima infanzia», ha dichiarato in apertura il direttore sanitario dell'Ulss 9 scaligera, Denise Signorelli. «Parlare ai cittadini fuori dalle strutture sanitarie, significa lanciare un messaggio di prevenzione potente». «In Italia un bambino su tre è obeso e abbiamo il dovere di essere sentinelle attente delle abitudini di chi ci è vicino», ha commentato l'assessore alle Pari opportunità Francesca Bria-

ni mentre il collega, Nicolò Zavarise, assessore al Commercio, ha esaltato l'importanza di valorizzare la tipicità dei prodotti locali.

«Il mondo è pieno di paradossi», ha detto ancora Linda Chioffi, direttore del dipartimento di prevenzione dell'Ulss 9. «C'è chi muore di fame e chi si nutre in modo scorretto, o per eccesso o per difetto. Nella nostra società le stesse donne hanno sempre meno tempo a disposizione per cucinare e per fare la spesa, ed è cambiato radicalmente il modo di affrontare il pasto. La salute non è solo una questione di sanità ma dipende anche dalla qualità dell'ambiente, dell'acqua, e del buon cibo». Cibo buono, saporito e tipico come quello proposto dall'ex ballerina Lia Musarra, che da una decina d'anni è diventata ristoratrice. «Nella mia carriera la buona alimentazione è stata fondamentale», ha detto, facendo sapere che ha sempre evitato cibi industriali e confezionati.

Lo stesso, ma per motivi diversi, continua a fare anche Maria Teresa Ferrari, dell'associazione «La cura siamo noi» che, dopo il calvario delle chemioterapie, protegge



L'iniziativa dell'Ulss 9 in Gran Guardia FOTO MARCHIORI

quotidianamente la sua salute con enormi estratti di frutta e verdura fresca. «Ci siamo inventati la spesa rosa che, per ora, partirà nei discount di Matera dove, ad ottobre e a marzo, i prodotti più salutari per il popolo femminile verranno contraddistinti». La palla è infine passata ai giovani. Gli studenti del «Berti» hanno presentato i loro piatti a base di zucca, accompagnati da cocktail dal profumo di pompelmo, mentre quelli del liceo artistico «Boccioni» hanno illustrato i giochi idea-

ti per invogliare i più piccoli ad una corretta alimentazione. «Se un bambino è obeso, specie nei primi mille giorni di vita, è facile che lo sarà anche da adulto», ha concluso Lorena Zambelli, direttore dell'Uosd Promozione della salute all'Ulss 9, mentre la collega della Breast Unit, Francesca Fornasa, ha evidenziato l'importanza di associare, alla prevenzione primaria, anche quella secondaria, invitando le donne a informarsi sugli screening consigliati per ciascuna età. ●

16 Cronaca

**Mangiare sano per vivere bene  
 «Vigiliamo sull'obesità infantile»**

Canore e poltroniche. Sono i cibi da preferire per i bambini. (A. Calchi Novati)

**Così Comodo**  
 il nuovo modo di fare la spesa  
**SUPERSCONTI**

Fai la spesa online e ricevi subito uno sconto!  
 Utilizza il codice promozionale ZUCCAT5 per avere uno sconto del 15% su tanti prodotti.

**DAL 10 AL 31 OTTOBRE**  
**15% DI SCONTO SU TANTI PRODOTTI CON IL CODICE ZUCCAT5**

LA TUA SPA ONLINE: [WWW.FARMILACOSCOMODOUT.IT](http://WWW.FARMILACOSCOMODOUT.IT)

**FamiliaDRIVE**  
 10€49

VERONA BORGO ROMA 110 UNIPOLBANK